



JENIS-JENIS MAKANAN YANG HARUS DIWASPADAI DAN DIHINDARI DI LUAR NEGERI

Oleh : Nanung Danar Dono

Teknologi pangan saat ini sudah sangat maju, sehingga makanan meningkat kualitasnya. Peningkatan kualitas ini disebabkan oleh penerapan teknologi makanan yang melibatkan berbagai bahan tambahan pangan (BTP). Bahan makanan yang asalnya HALAL bisa berubah menjadi HARAM krn ketambahan BTP yang tidak halal.

Oleh karena tidak semua konsumen Muslim paham ilmu pangan dan istilah-istialah dalam ilmu & teknologi pangan, maka penting untuk diuraikan jenis-jenis makanan yang harus dihindari dan diwaspadai di LN.

Apabila dikelompokkan berdasar sikap terhadap status keamanan (kehalalan) makanan tsb untuk disantap, maka jenis-jenis makanan di LN dapat dibagi menjadi 3 kategori, yaitu:

A. AMAN

Jenis makanan ini halal disantap krn diyakini tidak menggunakan atau tidak tercemar bahan haram.

B. HARUS DIWASPADAI



Jenis makanan ini statusnya syubhat, karena ada kemungkinan menggunakan bahan haram. Namun, jika kita bisa mengecek bahannya, maka statusnya Insya Allah bisa berubah menjadi halal. Pengecekan ini bisa dilakukan melalui *ingredients list*, *label suitability for vegetarians/vegans*, *customer service*, dll.

C. HARUS DIHINDARI

Jenis makanan ini bisa dari jenis makanan yang berstatus haram atau jenis syubhat yang kita tidak dapat memastikan kehalalan jenis makanan ybs.

Oleh karena produk yang beredar di pasaran (supermarket, restaurant, dll) sangat banyak, maka mari kita berupaya memilah-milah, jenis-jenis makanan yang aman, yang harus diwaspadai, dan yang harus dihindari oleh kita sbg umat yang berusaha berhati-hati terhadap makanan yang kita santap.

Jenis-jenis makanan yang AMAN untuk kita santap:

1. Air minum murni yang belum tercampur atau tercemar bahan BTP.
2. Air susu sapi, kambing, unta: susu murni, susu pasteurisasi (UHT), dll.
3. Beras mentah (yang belum dimasak/diolah). Kalau sudah diolah menjadi Special Fried Rice bisa menjadi tidak halal (krn bisa saja ditambahi daging babi, lemak babi, daging ayam non-halal, sosis non-halal, dll.)
4. Aneka sayuran mentah (*vegetables, raw or frozen*)
5. Aneka buah-buahan
6. Jus buah (*fruit juice*)
7. Kentang (*potato*)
8. Telur (*egg*)
9. Ikan mentah (*raw fish*), disebut halal di QS. 5:96
10. Selai (*jam*)



11. Spaghetti
12. Teh, kopi, dll

Jenis-jenis makanan yang HARUS DIWASPADAI:

1. *Bread* atau roti tawar

Why:

Karena kadang mereka juga menggunakan vinegar haram (*spirits vinegar* atau *wine vinegar*). Kadang mereka juga menggunakan *emulsifier* yang tidak halal, seperti asam lemak (E471-476) dari babi.

Solusi :

Cermati *ingredients list* dan label suitability for vegetarians/vegans.

2. Cuka (*vinegar*)

Why:

Karena kadang mereka menggunakan bahan dasar khamr. Contohnya: spirit vinegar, wine vinegar, rice vinegar, balsamic vinegar, apple cider vinegar, dll.

Solusi :

Cermati ingredients list.

3. Produk aneka coklat

Why:

Karena kadang mereka juga menggunakan khamr, asam lemak (termasuk emulsifier), dan atau gelatin yang tidak halal.



Solusi :

Cermati *ingredient list* pada label yang tertera di kemasan.

4. Aneka produk obat-obatan **cair** dan **pil**.

Why:

Karena kadang mereka juga menggunakan khamr atau BTP haram.

- a. Obat cair: sering menggunakan khamr (alcohol, ethanol, dll.)
- b. Pil: sering menggunakan *glycerine* atau *glycerol*

Solusi :

Cermati *ingredient list* pada label yang tertera di kemasan.

5. Aneka produk masakan berbasis ikan.

Why:

Karena kadang mereka menggunakan khamr (*ang ciu, peng ciu, arak mie, arak gentong, mirin, sake, dll*) untuk menghilangkan bau amis ikan sekaligus mempertahankan aroma ikannya.

Hati-hati dengan produk masakan berikut:

- a. *Chinese food*
- b. *Japanese food (sushi, dll.)*
- c. *French food*

Solusi :

Cermati *ingredient list* pada label yang tertera di kemasan.



6. Kedai kebab dan restaurant yang mengaku halal.

Why:

Karena kadang mereka juga menyajikan masakan dengan olahan daging babi (ham) dan atau daging ayam yang tidak halal.

Solusi :

Cermati lemari saji dan penampilan produk.

7. Keju (*cheese*). Hati-hati dengan edam

Why:

Karena seringkali dibuat menggunakan enzim **rennet** yang diambil dari lambung anak babi.

Solusi :

Hindari keju edam. Jika ada label halal, insya Allah aman.

8. Roti sandwich

Why:

Karena seringkali menggunakan daging babi (ham) dan atau daging ayam yang tidak halal.

Solusi :

Cermati bahan bakunya, penampilan produknya, dan label suitability for vegetarians/vegans.

9. Bumbu instant (instant seasoning)

Why:



Karena kadang mereka menggunakan ekstrak kaldu daging (ayam atau sapi) yang tidak disembelih secara syar'i, atau menggunakan MSG (MSG=mono natrium glutamate) yang tidak halal.

Solusi :

Cermati bahan bakunya pada ingredients list dan label suitability for vegetarians/vegans.

10. Mie instant (*instant noodle*)

Why:

Karena kadang produsennya menggunakan ekstrak daging (*chicken/beef extract*) yang tidak halal.

Solusi :

Cermati *ingredients list* pada kemasan produk.

11. Minyak goreng (*frying oils*)

Why:

Karena kadang mereka menambahkan lemak/asam lemak hewan.

Solusi :

Cermati bahan bakunya pada ingredients list dan label *suitability for vegetarians/vegans*.

12. Mentega (*butter*)

Why:

Karena kadang ditambahkan asam lemak atau emulsifier yang tidak halal.



Solusi :

Cermati bahan bakunya pada ingredients list dan label suitability for vegetarians/vegans.

Jenis-jenis makanan yang HARUS DIHINDARI:

1. Aneka produk turunan babi, seperti : daging, lemak, asam lemak, tulang, bulu, dll.
 - a. Daging: *pork, bacon, ham*, dll.
 - b. Daging babi olahan: *pork-sausage, pork-salami*, dll
 - c. Lemak: *lard* (lemak babi).
 - d. Asam lemak:
 - e. Tulang: *pork/pig gelatine*
 - f. Istilah khas lain: *porcine (porcine pancreatic α -amylase, porcine insulin), swine (swine influenza)*, dll.

Hindari semua jenis makanan yang menggunakan produk olahan babi di atas, termasuk: *pizza, spaghetti, meat-balls* (bakso), dll.

Why:

Karena jelas-jelas diharamkan Allah (QS. 2:173, 5:3).

2. Aneka produk (yang menggunakan) daging hewan produksi *non-halal butcher*.
Meski itu daging ayam/sapi, namun kalau tidak disembelih secara syar'i hukumnya disamakan dengan bangkai. Oleh sebab itu, hindari berbagai produk yang menggunakan daging hewan produksi rumah potong hewan non-halal, seperti: ayam goreng (*fried-chickens*), kebab/burger, chicken tikka, pizza, barbecue (BBQ), beef salad, dll.

Why:



Karena seringkali proses penyembelihannya tidak syar'i. Mereka bukan ahlul kitab.

Kaum kafir (non-ahlul kitab) menyembelih hewan menurut rekomendasi dari Humane Slaughter Association (HSA) yang mensyaratkan proses pemingsanan sebelum hewan disembelih. Alih-alih membuat hewan tidak kesakitan (saat disembelih), ternyata justeru pemingsanan ini membuat hewan kesakitan luar biasa hingga menyebabkan hewan tersiksa (bahkan sebagian mati sebelum disembelih). Pemerintah Turkey melarang tegas proses *stunning* ini.

Tanya: Apakah boleh baca Basmallah kemudian menyantapnya?

Jawab: Tidak boleh. Mengapa?

Karena dagingnya tidak disembelih secara syar'i. Jika daging disembelih secara syar'i namun kita tidak tahu apakah dibacakan Basmallah atau tidak, maka kita boleh membaca Basmallah lalu menyantapnya, sebagaimana hadist berikut:

Dari 'Aisyah ra., beliau berkata bahwa ada suatu kaum bertanya kepada Nabi SAW., “*Ada suatu kaum membawa daging kepada kami yang tidak kami ketahui, apakah mereka menyebut nama Allah (waktu menyembelih) atau tidak?*” Beliau menjawab, “*Bacalah Nama Allah padanya dan makanlah.*” (HR. Bukhari).

Catatan :

Khusus di wilayah UK, ada beberapa lembaga pensertifikasi halal, seperti Halal Monitoring Committee (HMC), Halal Food Authority (HFA), dan Gloucester World Muslim Association (GMWA). Terkait dengan status kehalalan daging hewan, HMC lebih baik daripada HFA, karena HMC menolak proses *pre-slaughter stunning* pada hewan sedangkan HFA justeru merekomendasikan proses *stunning*.

3. Aneka produk khamr, apapun namanya (whisky, brandy, kirsch, spirits, wine, cognac, vodka, beer, liquor, scotch, champagne, tequila, rum, gin, cider, dll).



Why:

Karena jelas-jelas diharamkan Allah (QS. 5:90).

4. Aneka permen kenyal (*soft candy*), *marsh mallow*, *chocolate mallows*, coklat lunak, dll.

Why:

Karena seringkali produk-produk tersebut dibuat menggunakan *pig gelatine* dan kita tidak bisa mengecek statusnya pada kemasan.

5. Es krim (*ice cream*).

Why:

Karena seringkali menggunakan bahan-bahan yang tidak halal, seperti: *pig gelatine*, *rum*, emulsifier haram (*pig-lecithin*), lemak hewan, dll.

6. Aneka *cake*: roti tart, black-forest, dll.

Why:

Karena seringkali dibuat menggunakan *rum* yang termasuk dalam kategori khamr. Seringkali rum ditambahkan sebagai: pelarut adonan, penguat aroma, dan sebagai bahan pengawet produk.

7. Black pudding.

Why:

Karena produk ini dibuat menggunakan darah babi.

8. Aneka produk yang dikemas dengan kapsul, seperti: obat, vitamin, dll.

Why:



Karena umumnya cangkang kapsul dibuat menggunakan *pig-gelatine*.

9. Krimer (*creamer*) dan aneka makanan yang menggunakan *creamer*.

Why:

Karena dalam pembuatan krimer (pada tahap pemisahan keju dan whey) seringkali digunakan enzim. Jika enzim yg dipakai berasal dari hewan haram, maka haram pula produk krimer tersebut.

Penulis :

Nanung Dinar Dono, S.Pt., MP.

Dosen Fak. Peternakan UGM Yogyakarta yang sedang menempuh studi lanjut S3 di College of Medical, Veterinary, & Life Sciences (MVLS), University of Glasgow, Scotland, UK.

kiwan
Malaysian Institute of Islamic & Islamic Arts



Autumn Gathering
19-20 November 2011
Manchester